



樂善堂莫葉瑞衡兒童發展中心
Lok Sin Tong Mok Yip Sui Hung Child Development Centre

全日面授 小貼士





早睡早起，調整作息



雖然孩子在學校有午睡時間，但要按既定流程活動，與在家時可以隨自己需要休息及活動有別，短時間內孩子未必習慣，有機會影響他們在學校的表現；加上精神不足容易影響情緒，降低學習成效，所以及早調整作息對孩子適應全日校園生活有重大幫助。

小貼士：

- 家長宜開始幫助孩子建立固定的作息時間
- 家長預先介紹在學校使用的寢具，減低孩子在學校午睡的不安



社交故事

預告全日校園生活



因為孩子習慣半日校園生活，在短時間內未必理解延長在學校活動時間的原因，所以有機會造成不安。

小貼士：

家長可以透過故事，告知孩子在學校的全日校園生活會做什麼，讓孩子有心理預備，知道全日校園生活是「開心、愉快」，培養正面的態度。



製作時間表

了解全日活動流程



為孩子製作全日時間表，以此作為視覺提示，讓他知道全日活動流程，幫助理解自己的安排，避免孩子因為不知道之後的事情而感到不安。

小貼士：

家長可在時間表內列出在學校吃飯、午睡，這些孩子之前未曾在學校經歷的活動。家長亦可在時間表內列出放學後的活動，如到公園、回家。



提升自理技巧 適應校園生活



在學校全日活動，對孩子的自理能力要求也較高，例如孩子要自己用餐具吃午餐；午睡時要解扣鈕扣、穿脫外套、鞋子等等。

小貼士：

家長可先在家讓孩子練習自己動手做，回到學校時也能照顧自己。



樂善堂莫葉瑞衡兒童發展中心
Lok Sin Tong Mok Yip Sui Hung Child Development Centre

**以上資料由本中心特殊幼兒導師整理
僅供參考**



**家長想了解我們的課程，
歡迎聯絡我們**



53342881



35653260



www.lstmyshrc.org



灣仔卓凌中心30樓

樂善堂莫葉瑞衡兒童發展中心